

Stress dan Perilaku Agresi Pada Ibu Rumah Tangga yang Tidak Bekerja di Surabaya

Akta Ririn Aristawati

akta_ririn@untag-sby.ac.id

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstract. *The purpose of this research was to know a significant correlation between the level of stress with the level of aggressive behaviour in unemployed housewives. This research is a correlation research. The population of this research were the unemployed housewives in Surabaya, with 100 person as the sample. The sampling technique used purposive sampling, that was a selection technique of the subject by using certain consideration. The collecting data method was questionnaire to expose the level of stress and the level of aggressive behaviour in unemployed housewives. The data analysis used Chi-Square (χ^2) analysis. After analyzed by the Chi-Square analysis (χ^2) obtained the correlation coefficient of 0.526 with a significance value of 0.000 ($p < 0.01$) which means that there is a significant correlation between the level of stress with the level of aggressive behaviour in unemployed housewives. Thus, the hypothesis proposed in this research that "there is a significant correlation between the level of stress with the level of aggressive behaviour in unemployed housewives" was accepted. So it can be concluded that there were a positive and significant correlation between the level of stress and the level of aggressive behaviour in unemployed housewives.*

Keywords : *Stress, Aggressive behaviour, unemployed housewives*

Intisari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Surabaya dengan sampel yang diteliti sebanyak 100 orang. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu teknik pemilihan subjek dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket untuk mengungkapkan tingkat stres dan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan teknik analisis Chi-Kuadrat (χ^2). Setelah dianalisis dengan menggunakan teknik analisis Chi-Kuadrat (χ^2) diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,526 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Surabaya. Jadi, Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi "ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja" dapat diterima. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja.

Kata kunci : Stres, Perilaku Agresi, ibu rumah tangga tidak bekerja

PENDAHULUAN

Belakangan ini, media massa marak memberitakan kasus mengenai perilaku agresi yang dilakukan oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Pemberitaan tersebut diperkuat oleh pernyataan Meliala (Kompas, 2008), seorang kriminolog Universitas Indonesia yang

menyatakan bahwa akhir-akhir ini banyak ibu rumah tangga yang membunuh anaknya sendiri akibat stres yang dialaminya. Beberapa kasus kekerasan yang terjadi di Indonesia banyak dipublikasikan oleh surat kabar, salah satunya adalah kasus kekerasan yang terjadi di kota Pekalongan, Jawa Tengah. Pada kasus tersebut,

dua anak balita yaitu Sabila Putri Khaera (3 tahun) dan Fadli Muhammad Nizar (4 tahun) ditemukan tewas di dalam bak mandi, diduga dua anak malang tersebut dibenamkan oleh ibu kandungnya sendiri yang mengalami stres (Kompas, 2008). Kasus yang serupa juga terjadi di Bogor, yakni dalam sebuah surat kabar diberitakan bahwa seorang anak berusia 9 tahun tewas dengan banyak luka memar di tubuhnya, diduga anak tersebut tewas karena dianiaya oleh ibu kandungnya yang mengakui perbuatannya akibat tekanan ekonomi serta tuntutan pekerjaan rumah yang banyak dan kondisi anak yang nakal (Tri, 2010).

Banyaknya kasus kekerasan yang terjadi di berbagai daerah di Indonesia tersebut seolah menguatkan data dari pihak Komisi Nasional Perlindungan Anak (Komnas PA) bahwa 70% pelaku kekerasan terhadap anak di Indonesia adalah perempuan yang berstatus sebagai ibu kandung, ibu angkat, maupun ibu asuh. Komnas PA mengungkapkan bahwa pada tahun 2008, sebanyak 1.826 kasus. Pada 2009, laporan meningkat menjadi 1.998 kasus. Menginjak 2010, angka kejadian makin tinggi. Pada September 2010, terdapat 2044 kasus. Kasus-kasus kekerasan yang terjadi tersebut meliputi kekerasan fisik, seksual, dan psikis. Faktor-faktor penyebab kekerasan tersebut adalah keadaan ekonomi yang masih labil, ketidak harmonisan keluarga serta faktor-faktor lain yang berasal dari lingkungan. Beberapa penyebab tersebut dapat memunculkan stres, sehingga stres pada ibu rumah tangga berdampak pada perilaku. Salah satu bentuk perilaku yang muncul yaitu perilaku agresi (Smet, 1994).

Maraknya kasus perilaku agresi di Indonesia yang dilakukan oleh ibu-ibu rumah tangga tersebut, serupa dengan kondisi yang terjadi di lingkungan peneliti yaitu Surabaya. Pada tahun 2010, seorang ibu yang bertempat tinggal di daerah Dukuh Pakis Surabaya, tega melakukan penganiayaan yang menyebabkan kematian anaknya (Wisanggeni, 2010). Kasus perilaku agresi lainnya yang terjadi pada tahun 2011 juga dilakukan oleh seorang ibu kepada anaknya. Sebagaimana diberitakan, Ny JPL adalah warga Rungkut Penjaringan Surabaya yang tega menyayat-nyayat tangan anak

kandungnya sendiri. Ny JPL berdalih bahwa penyiksaan tersebut dilakukan karena malu dan kesal terhadap anaknya sendiri yang dianggap anak nakal oleh sekolahnya (Rima, 2011).

Berdasarkan data-data yang telah diperoleh di atas maka untuk lebih mendukung dugaan adanya perilaku agresi yang dilakukan oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Surabaya, maka peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada beberapa narasumber yaitu tiga orang yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Surabaya.

Berdasarkan hasil wawancara dari ketiga informan tersebut dapat diketahui bahwa terdapat beberapa bentuk perilaku agresi yang dimunculkan oleh ibu-ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Perilaku agresi yang dimunculkan tidak hanya dengan bentuk kekerasan saja, namun perilaku agresi yang dimunculkan diantaranya perilaku agresi berupa verbal (berteriak, bergosip, dll) serta perilaku non verbal atau fisik (membanting barang, memukul anak, dll). Munculnya perilaku agresi tersebut diduga dipicu karena kejenuhan aktifitas sehari-hari yang monoton, kondisi ekonomi rumah tangga yang sedang tidak stabil, anak-anak yang nakal dan ketidakharmonisan hubungan keluarga.

Penyebab munculnya perilaku agresi yang dialami oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja tersebut dapat dijelaskan dengan menggunakan teori Frustrasi Agresi. Berkowitz (1995) menjelaskan bahwa frustrasi mengakibatkan terangsangnya suatu dorongan yang tujuan utamanya adalah menyakiti beberapa orang atau obyek terutama yang dipersepsikan sebagai penyebab frustrasi. Berkowitz (1995) mengemukakan bahwa terdapat dua faktor yang menjadi prasyarat bagi kemunculan perilaku agresi yakni kesiapan untuk berperilaku agresi yang biasanya terbentuk oleh pengalaman frustrasi dan isyarat-isyarat atau stimulus-stimulus eksternal yang memicu pengungkapan perilaku agresi.

Berkowitz (1995) juga menekankan bahwa kaitan antara frustrasi dan perilaku agresi lebih baik dilihat sebagai kasus khusus dari kaitan antara stimulus aversif dan agresi, artinya frustrasi bisa mengarahkan individu

untuk berperilaku agresi karena frustrasi itu bagi individu merupakan situasi yang tidak menyenangkan dan dia ingin mengatasi atau menghindarinya dengan berbagai cara, termasuk cara untuk berperilaku agresi. Individu akan memilih tindakan agresi sebagai reaksi atau cara untuk mengatasi frustrasi yang dialaminya apabila terdapat stimulus-stimulus yang menunjangkannya kearah untuk berperilaku agresi. Maramis (1994) mengungkapkan bahwa salah satu sumber stres adalah frustrasi.

Perilaku agresi yang sering dilakukan oleh perempuan khususnya ibu rumah tangga yang tidak bekerja umumnya disebabkan karena mereka memiliki frekuensi yang lebih banyak dalam mengasuh anak dan mengatur kondisi rumah tangganya. Krahe (2005) menyebutkan bahwa perempuan lebih sering terlibat dalam penganiayaan anak dibandingkan laki-laki. Moore dan Fine (Koeswara, 1988) mendefinisikan perilaku agresi adalah tingkah laku kekerasan secara fisik atau secara verbal terhadap individu lain atau terhadap obyek lain.

Menurut Gunarsa (2004), lingkungan kerja bagi beberapa individu menjadi sumber stres sehingga individu dapat melakukan perilaku agresi. Perilaku agresi yang muncul tersebut disebabkan karena adanya keharusan untuk menyelesaikan banyak tugas dalam waktu yang terbatas serta menuntut banyak tenaga. Apabila dilihat dalam konteks rumah tangga, lingkungan kerja dapat dianalogikan sebagai lingkungan rumah yang di dalamnya kerja dapat diartikan sebagai mengatur rumah tangga yakni menyapu, mengepel, memasak, menyetrikan, mengurus anak serta suami. Oleh karena itu, beban pekerjaan rumah yang terlalu banyak serta keharusan untuk menyelesaikan banyak pekerjaan tersebut dapat mengakibatkan stres yang cepat memunculkan perilaku agresi.

Ibu rumah tangga yang berperilaku agresi menurut Selye (Avianto, 2009) terjadi karena ibu-ibu rumah tangga yang tidak bekerja tersebut melihat stres sebagai suatu respon. Konsepsi ini adalah konsepsi dari teori *The General Adaptation Syndrome* yang menjelaskan bahwa stres dapat memunculkan beberapa komponen yaitu komponen psikologis, berupa pola pikir dan emosi;

komponen fisiologis, berupa rangsangan-rangsangan fisik yang meningkat; serta komponen perilaku, berupa perilaku agresi dan perilaku negatif lainnya (Smet, 1994).

Perilaku agresi yang sering dilakukan oleh ibu-ibu rumah tangga terjadi karena pekerjaan yang dilakukan ibu rumah tangga cenderung monoton dalam setiap harinya. Seorang ibu rumah tangga dituntut harus melakukan bermacam-macam pekerjaan rumah tangga dari pagi hingga malam dengan jam yang tidak terbatas serta keadaan ekonomi yang tidak stabil dalam rumah tangga (Dwijayanti, 2009). Seorang Kriminolog Universitas Indonesia, Ronny Nity Baskara (Kompas, 2008) mengatakan bahwa secara psikiatrik-kriminologik pada tipe kepribadian tertentu, tekanan ekonomi yang dialami oleh ibu-ibu rumah tangga tersebut akan menimbulkan perilaku agresi karena adanya hambatan dan ancaman terhadap pencapaian cita-cita serta harapan masa depan. Hal tersebut yang menyebabkan individu menjadi stres.

Koeswara (1988), mengungkapkan bahwa salah satu penyebab terjadinya perilaku agresi pada individu adalah stres. Stres timbul karena adanya kemajuan teknologi yang menyertakan perubahan-perubahan sosial yang cepat, pergeseran nilai-nilai, berkurangnya kendali sosial, persaingan hidup yang semakin ketat, serta memburuknya kondisi perekonomian yang membawa dampak berupa peningkatan stres eksternal bagi banyak pihak. Hal ini banyak dialami oleh individu-individu di kalangan ekonomi lemah. Berdasarkan hal tersebut yang dapat mengarahkan individu untuk berperilaku agresi karena kurangnya kontrol diri dalam menghadapi stres eksternal dalam kehidupan mereka.

Selain adanya stres eksternal yang dialami oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja tersebut, terdapat pula berbagai macam peran yang harus dilakukannya. Kartono (1992) menyebutkan bahwa peran seorang ibu salah satunya adalah peran sebagai pembimbing atau pendidik bagi anak-anaknya serta pengatur rumah tangganya, peran ini mengharuskan seorang ibu untuk mampu mengatur semua pekerjaan rumah tangganya serta dapat menciptakan iklim psikis yang

gembira, bebas, aman, hangat, menyenangkan serta penuh kasih sayang sehingga anak-anak dan suami menjadi betah tinggal di rumah. Namun, akhir-akhir ini marak diketahui mengenai kasus perilaku agresi yang dilakukan oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja yang telah diuraikan sebelumnya. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Tingkat Perilaku Agresi Pada Ibu Rumah Tangga Yang Tidak Bekerja”.

Ibu Rumah Tangga yang Tidak Bekerja

Kartono (1992) menyebutkan bahwa pengertian ibu rumah tangga menurut konsep tradisional adalah wanita yang menggunakan sebagian besar waktunya untuk memelihara dan mengajarkan anak-anaknya menurut pola-pola yang dibenarkan oleh masyarakat di lingkungan sekitarnya. Ibu yang tidak bekerja merupakan salah satu peran tradisional yang masih tetap banyak dipilih oleh kebanyakan wanita sampai pada saat sekarang ini.

Aspek-aspek Perilaku Prosocial

Kecenderungan biologis, norma sosial dan pengalaman belajar merupakan hal yang umum yang dapat mempengaruhi pemberian pertolongan. Menurut C.Z.Waxler dan E.M.Cummings Bord R.Iannotti (dalam HN. Rochim, 2009) perilaku prososial meliputi aspek-aspek tindakan sosial, rasa perhatian, penghargaan, kasih sayang, kesetiaan, serta bantuan yang diberikan pada orang lain yang dilakukan dengan suka rela tanpa pamrih.

Menurut Brehn dan Kassin (dalam Suryanto, 2012), perilaku prososial dimunculkan oleh berbagai macam pengalaman yang menyenangkan. Seseorang yang memiliki suasana hati yang baik akan berkurang keterpakuan terhadap diri sendiri tapi akan lebih peka terhadap kebutuhan dan masalah yang dialami orang lain. Jadi, ketika seseorang merasa senang, orang tersebut akan mudah menolong orang lain. Ini disebut efek dari suasana hati yang baik (*good mood*). Ada kecenderungan orang lebih terdorong untuk memberikan bantuan bila mereka berada dalam suasana hati yang baik. Hal ini logis karena adanya perasaan bahagia yang ada

dalam diri individu akan mendorongnya memberikan bantuan kepada orang lain yang membutuhkan. Melalui Metode *Service-Learning*, suasana hati yang baik dicoba ditumbuhkan kembangkan.

Perilaku Agresi

Perilaku agresi selalu didefinisikan sebagai perilaku yang bertujuan untuk melukai atau membahayakan orang lain (Hetherington, 1993). Berkowitz (1995) mendefinisikan perilaku agresi sebagai bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik (non verbal) maupun verbal dengan atau tanpa tujuan tertentu. Buss (Green & Donnerstein, 1998) menyatakan perilaku agresi sebagai respon yang menghasilkan stimulus yang berbahaya bagi organisme atau makhluk hidup lain. Robert Baron (2002) mendefinisikan perilaku agresi sebagai tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut.

Jadi, Berdasarkan beberapa pengertian mengenai perilaku agresi di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku agresi adalah tingkah laku verbal maupun nonverbal yang dilakukan oleh individu dengan maksud melukai atau mencelakakan individu maupun obyek lain dengan atau tanpa tujuan tertentu.

Stress

Selye (Potter & Perry, 2005) mendefinisikan stres sebagai respons manusia yang bersifat nonspesifik terhadap setiap tuntutan yang dikenakan pada seseorang sehingga akan muncul reaksi dari semua organisme yang dikenai tuntutan dan muncul reaksi pertahanan tiga fase (*alarm, resistensi, and exhaustion*) yang akan dilakukan oleh organisme yang bersangkutan ketika muncul stres dan akan berpengaruh pada kondisi fisik, emosi, kognitif serta perilaku. Hal ini oleh selye (smet, 1994) disebut dengan *General Adaptation Syndrom* (GAS).

Lazarus (Taylor, 2000) mendefinisikan stres sebagai derajat fungsi kesesuaian lingkungan personal seseorang. Menurut Lazarus tidak semua situasi mampu menimbulkan stres bagi seseorang. Lazarus

menekankan aspek kognitif stres, yaitu cara seseorang menerima atau menilai lingkungan untuk menentukan apakah terdapat *stressor* (sumber stres). Jika seseorang beranggapan bahwa tuntutan dalam suatu situasi melebihi kemampuannya maka orang tersebut mengalami stres (Davidson, dkk., 2004).

Jadi, Berdasarkan uraian mengenai pengertian stres yang diungkapkan oleh beberapa tokoh di atas maka dapat disimpulkan bahwa stres adalah kondisi yang dianggap oleh individu sebagai sesuatu yang bersifat tidak menyenangkan, tertekan, membahayakan, mengancam kesejahteraan hidupnya, serta menuntut adanya respon baik secara fisik, emosional, kognitif maupun perubahan perilaku.

HIPOTESIS

Berdasarkan paparan di atas, hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Surabaya.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian korelasi. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah ibu-ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Surabaya dengan karakteristik sebagai berikut:

1. Ibu rumah tangga yang tidak bekerja berusia 25 - 40 tahun.
2. Berdomisili di Surabaya dan memiliki kartu penduduk Surabaya.
3. Pendidikan terakhir minimal adalah SMA.
4. Perekonomiannya sangat tergantung dari hasil pendapatan suami saja.
5. Telah menikah dan memiliki anak dari hasil pernikahan tersebut.

Guna menentukan jumlah sampelnya dihitung dengan menggunakan dasar ilmu statistik yaitu rumus Bhattacharya (1997):

Rumus Penentuan Jumlah Sampel :

$$n = p (1-p) [Z \alpha/2 / d]^2$$

dimana :

n : jumlah sampel yang diperlukan.

α : tingkat keyakinan yang diinginkan, dalam penelitian ini digunakan 5%.

p : perkiraan probabilitas sampel tidak benar, dalam penelitian ini diasumsikan sebesar 5%.

d : tingkat kesalahan maksimum.

Z : nilai koefisien standar dari $\alpha/2$ yang dapat dilihat di tabel distribusinormal standar, dalam penelitian ini besarnya adalah 1,96.

Berdasarkan perhitungan penentuan sampel di atas maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 73 orang. Namun, dalam prakteknya peneliti akan menyebarkan kuesioner sebanyak 110 kuesioner untuk mengantisipasi kuesioner tidak kembali, tidak diisi lengkap ataupun salah pada saat pengisian.

Tingkat stres didefinisikan secara nominal yakni tinggi, sedang dan rendah. Tingkat stres tersebut dapat diukur melalui kuesioner skala tingkat stres yang dikembangkan sendiri oleh peneliti. Kuesioner tersebut dikembangkan atas dasar definisi konsep stres dari Selye. Menurut selye (Potter & Perry, 2005) stres adalah segala situasi dimana tuntutan nonspesifik mengharuskan seorang individu untuk merespon atau melakukan tindakan.

Berdasarkan konseptual stres dari Selye (Nasution, 2007), Tingkat stres memiliki empat komponen, yaitu: Komponen fisik, meliputi: Keadaan fisik yang lemah, pusing, sakit punggung, otot tegang terutama di sekitar leher dan bahu, percepatan denyut jantung, terlalu banyak berkeringat. Komponen kognitif, meliputi: Mudah lupa, susah berkonsentrasi, kesalahan persepsi, pikiran dipenuhi oleh satu hal saja, lemah dalam menyelesaikan masalah, mengasihani diri sendiri, kehilangan harapan. Komponen emosi, meliputi: Kecemasan, ketakutan, terlalu peka dan cepat marah, gugup, kehabisan sumber daya mental, perasaan yang tidak menentu, kehilangan kontrol. Komponen perilaku, meliputi: menunda pekerjaan, menarik diri dari lingkungan, kehilangan nafsu makan, menggunakan obat secara berlebihan, perubahan pola tidur, menghindari dari tanggung jawab, penurunan produktifitas.

Tingkat Perilaku agresi didefinisikan secara nominal yakni tinggi, sedang dan rendah. Tingkat perilaku agresi tersebut dapat diukur melalui kuesioner skala tingkat perilaku agresi yang dikembangkan sendiri oleh peneliti. Kuesioner tersebut dikembangkan atas dasar definisi konsep perilaku agresi dari

Berkowitz. Menurut Berkowitz (1995) perilaku agresi merupakan bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik (non verbal) maupun verbal dengan atau tanpa tujuan tertentu.

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan teknik analisis Chi-Kuadrat dengan menggunakan program SPSS

HASIL

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis tersebut dapat diketahui bahwa nilai Chi-kuadrat adalah sebesar 38,289 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini berarti, hipotesis yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja dapat diterima kebenarannya.

Berdasarkan perhitungan nilai Chi-Kuadrat tersebut, maka selanjutnya dapat dilakukan perhitungan koefisien korelasi antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi. Nilai koefisien dapat diketahui sebesar 0,526.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi yang dilakukan oleh para ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Hal ini berarti semakin tinggi stres yang dirasakan oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja maka semakin tinggi perilaku agresi yang terjadi. Sebaliknya, semakin rendah stres yang dialami oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja maka akan semakin rendah pula perilaku agresi yang terjadi.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat diketahui juga bahwa perilaku agresi yang dilakukan oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja berada pada tingkat perilaku agresi tinggi. Hal ini disebabkan karena subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat stres yang tinggi. Kondisi tersebut didukung dari hasil uji hubungan yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Tingkat perilaku agresi tinggi paling banyak dialami pada subjek dengan usia 30-34 tahun.

versi 15 for Windows. Ketentuan dalam menolak atau menerima hipotesis adalah dengan membandingkan nilai P (signifikan) dengan α (1%). Jika nilai signifikan lebih dari 0,01 maka hubungan tidak signifikan sedangkan jika kurang dari 0,01 maka hubungan signifikan (Ghozali, 2001).

Berdasarkan nilai koefisien korelasi di atas dapat diketahui bahwa nilai koefisien korelasi tidak memiliki tanda negative (-), sehingga menunjukkan hubungan yang positif antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi. Hal ini berarti semakin tinggi stres yang dialami maka semakin tinggi perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Begitupula sebaliknya, semakin rendah stres yang dialami maka semakin rendah perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja.

Hal ini menunjukkan bahwa pada usia tersebut subjek belum memiliki kesiapan dalam menghadapi tekanan yang dialami sehingga cenderung berperilaku agresi. Perilaku agresi tinggi juga lebih banyak dialami pada subjek yang berpendidikan terakhir SMA. Hal ini menunjukkan tingkat pendidikan terakhir yang lebih tinggi akan lebih mampu mengatasi stres sehingga cenderung untuk tidak berperilaku agresi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan di atas maka dapat diketahui bahwa hasil penelitian ini mendukung teori *cognitive-neoassociationist* yang telah diungkapkan oleh Berkowitz (1995) yang menjelaskan bahwa ketika individu menemui kejadian aversif, mereka pada awalnya mengalami keadaan afektif negatif yang tak terbedakan. Salah satu bentuk afek negatif ini adalah stres. Reaksi ini akan menimbulkan dua reaksi impulsif yaitu melawan dan menghindar (*fight and flight*). Melawan terkait dengan pikiran, ingatan dan respons perilaku yang berhubungan dengan agresi, sedangkan menghindar terkait dengan respons yang berhubungan dengan melarikan diri. Respons-respons ini menyalurkan afek

negatif yang awalnya tak terbedakan itu menjadi keadaan emosi yang lebih spesifik yaitu kemarahan (awal) atau ketakutan.

Berdasarkan teori tersebut maka dapat diketahui bahwa perilaku agresi yang dialami oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja disebabkan karena adanya afek negatif yang dirasakannya. Afek negatif ini muncul dikarenakan ibu-ibu rumah tangga yang tidak bekerja tersebut memandang bahwa stimulus-stimulus yang berada dilingkungannya dianggap sebagai tuntutan yang melebihi kemampuannya sehingga antara harapandengan apa yang diinginkan oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja tidak sesuai dan pada akhirnya akan menimbulkan frustrasi. Perasaan frustrasi ini, berasal dari besarnya tanggungjawab dari banyaknya aktivitas yang monoton dalam kesehariannya serta adanya kondisi ekonomi dalam keluarga yang tidak stabil sehingga menimbulkan terjadinya stres. Selye (Potter & Perry, 2005) mendefinisikan stres sebagai respons manusia yang bersifat nonspesifik terhadap setiap tuntutan yang dikenakan pada seseorang sehingga akan muncul reaksi dari semua organisme yang dikenai tuntutan dan muncul reaksi pertahanan tiga fase (*alarm, resistensi, and exhaustion*) yang akan dilakukan oleh organisme yang bersangkutan ketika muncul stres dan akan

berpengaruh pada kondisi fisik, emosi, kognitif serta perilaku.

Ibu rumah tangga yang tidak bekerja yang mengalami stres tersebut akan menemui kejadian aversif, mereka pada awalnya mengalami keadaan afek negatif yang tidak menyenangkan berupa stres. Adanya kondisi yang tidak menyenangkan tersebut akan diasosiasikan kedalam proses kognitif melalui proses berfikir mengenai respon apa yang akan dimunculkan ketika mereka menerima stimulus yang tidak sesuai dengan keinginannya. Setelah melalui proses kognitif ini, maka mereka akan memunculkan dua reaksi impulsif yaitu melawan dan menghindar (*fight and flight*). Apabila ibu rumah tangga yang tidak bekerja tetap mempunyai tanggung jawab terhadap keluarganya maka mereka akan cenderung melawan yang terkait dengan pikiran, ingatan dan respons perilaku yang berhubungan dengan perilaku agresi. Hal ini berarti keadaan yang tidak menyenangkan akan memunculkan perilaku agresi. Namun sebaliknya, apabila ibu rumah tangga yang tidak bekerja memilih untuk merespon dengan menghindar terhadap stimulus yang datang maka mereka akan acuh dengan kondisi rumah tangganya sehingga tidak ada lagi tanggung jawab untuk mengurus rumah tangganya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara tingkat stres dengan tingkat perilaku agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Surabaya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi stres yang dialami oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja, maka semakin tinggi pula perilaku agresi yang dilakukan. Sebaliknya, semakin rendah stres yang dialami oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja, maka semakin rendah pula perilaku agresi yang dilakukan.

Hal ini dapat disebabkan karena mereka mengalami tekanan dari banyaknya tuntutan tugas, tanggung jawab dalam mengatur rumah tangga serta keadaan ekonomi yang tidak stabil. Oleh karena itu, stres yang ditimbulkan

dari tuntutan tugas yang dialami oleh ibu rumah tangga yang tidak bekerja tersebut pada akhirnya dapat menimbulkan efek negatif yaitu perilaku agresi.

SARAN

Saran yang dapat diberikan berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ibu Rumah Tangga
 - a. Seorang ibu rumah tangga ketika menghadapi masalah atau tekanan yang dialami, sebaiknya ibu rumah tangga dapat membicarakannya dengan seluruh anggota keluarga sehingga permasalahan yang dialami dapat dihadapi bersama dan tidak menimbulkan tekanan bagi ibu rumah

- tangga itu sendiri yang pada akhirnya menyebabkan stres dan perilaku agresi.
- b. Disarankan bagi para ibu rumah tangga yang tidak bekerja agar lebih kreatif untuk mengisi waktu luang di sela-sela kesibukan mengurus rumah tangga, seperti: melakukan kegiatan-kegiatan bermanfaat yang dapat mengusir rasa jenuh.
 - c. Diharapkan ibu rumah tangga yang tidak bekerja dapat memberikan pendapatan tambahan bagi keluarganya, seperti: membuka toko di rumah, menjahit, dan sebagainya sehingga dengan begitu para ibu rumah tangga yang tidak bekerja dapat membantu meningkatkan kondisi ekonomi keluarganya tanpa melupakan tanggung jawabnya sebagai seorang ibu rumah tangga. Oleh karena itu, beban yang selama ini dirasakan karena adanya kegiatan monoton atau kondisi

ekonomi yang tidak stabil akan berkurang dan pada akhirnya akan meminimalkan terjadinya perilaku agresi.

2. Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan untuk menambah jumlah sampel serta variabilitas responden yang diteliti sehingga diharapkan dapat memberikan hasil yang lebih akurat.
- b. Disarankan untuk dapat mencari variabel lain, seperti: konflik dengan anggota keluarga yang dapat dihubungkan dengan permasalahan seputar stres, perilaku agresi sebagai dampak dari frustrasi, aktualisasi diri pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja dan permasalahan lainnya seputar ibu rumah tangga. Sehingga hasil penelitian tersebut akan semakin beragam serta dapat menambah khasanah ilmu psikologi yang lebih kompleks lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Avianto, N. 2009. *Proses Terjadinya Stres Kerja*, (online). (<http://beritapsikologiindonesia.blogspot.com/2009/06/proses-terjadinya-stres-kerja.html>, diakses 26 juni 2009).
- Baron, R. 2002. *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Bhattacharya, dkk. 1997. *Statistical Concepts dan Methode*. New York : John Willey & Son, Inc.
- Berkowitz, L. 1995. *Agresi 1: Sebab dan Akibatnya (terjemahan)*. Jakarta: PT.Pustaka Binaman Pressido.
- Davidson, G.C. Neale, J.M., Kring, A.M. 2004. *Psikologi Abnormal*. Edisi ke sembilan. Jakarta: Grasindo.
- Dwijayanti, J.E. 1999. *Perbedaan Motif antara Ibu Rumah Tangga yang Bekerja dan Tidak Bekerja dalam Mengikuti Sekolah Pengembangan Pribadi dari Jhon Robert Powers "Media Psikologi Indonesia"*. Vol 14, No 55. *Jurnal Tidak diterbitkan*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Ghozali. 2001. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Green R.G, & Donnerstein, E. 1998. *Human Aggression*. California: Academic Press.
- Gunarsa, S. 2004. *Dari Anak sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hetherington, M. E., & Parke, R.D. 1993. *Child Psychology: A Contemporary View Point (4th edition)*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Kartono, K. 1992. *Psikologi Wanita: Menenal Wanita sebagai Ibu dan Nenek. Jilid 2*. Bandung: Mandar Maju.
- Koeswara, E. 1988. *Agresi Manusia*. Bandung: PT Eresco.
- Kompas. 2008. *Tekanan Ekonomi Memicu Kekerasan*, (online). (<http://www.kompas.com>, diakses tanggal 24 Februari, 2011).
- Krahe, B. 2005. *Buku Panduan Psikologi Sosial : Perilaku Agresif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.

- Maramis, W. F. 1994. *Catatan Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga university press.
- Nasution. 2007. *Stress pada Remaja*. Medan: Fakultas Kedokteran Sumatera Utara.
- Potter. P., & Perry A. P. 2005. *Fundamental Keperawatan: Konsep dan Praktik Edisi 4, Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Rima. 2011. *Tega Seorang Ibu Menyayat-Nyayat Anak Kandungnya Sendiri*, (Online). (http://www.rimanews.com/read/20110526/25442/tega-seorang-ibu_menyayat-nyayat-anak-kandungnya-sendiri, diakses tanggal 9 Juni 2011).
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Taylor, dkk. 2000. *Health Psychology*. New York: MGRaw-hill.
- Tri, S. 2010. *Astaghfirlloh Kekerasan Anak di Indonesia masuk Kategori Fersadir*, (Online). (<http://www.republika.co.id/berita/breaking-news-/nasional/10/09/27/136725>, diakses tanggal 27 september 2010).
- Wisanggeni. 2010. *Biadab! Ibu Asuh Bunuh Dan Siksa Bayi 9 Bulan*, (Online). (<http://www.mtribunnews.com/2010/07/16/Biadab-Ibu-Asuh-Bunuh-Dan-Siksa-Bayi-9-Bulan>, diakses tanggal 9 Juni 2011).